

資料2 想定する献立

A 献立		小学校	中学校	合計	
献立名					
栗ご飯	牛乳	当初	3828	3472	7300
① 鮭の南部焼き	② 厚焼きたまご	確定			
ほうれん草と菊のおひたし	いものこ汁 りんご	主菜	①	②	

アレルギー対応		小学校	中学校	合計	
② 厚焼きたまご (卵)	→	豚肉の生姜焼き		20	20

業者名	材料名	1人分量 (g)	発注量		切り方	調理方法	
			小中合計	単位			
主食	栗ご飯						
	精白米	65	520	k.g.			
	強化米	0.25	2	k.g.			
	むぎ粟	15	120	k.g.			
	薄口しょうゆ	5	22	本			
	三温糖	1	8	k.g.			
	清酒	1	4	本			
	食塩				k.g.		
飲料	牛乳						
	牛乳	1本 206	7300	本			
主菜①	鮭の南部焼き						
	鮭切り身	40	3880	切		①調味料を合わせる。 ②鮭を①に漬ける。 ③②に黒ごまをふって焼く。	
	赤味噌	4	15	k.g.			
	三温糖	1	4	k.g.			
	清酒	1	2	本			
	本みりん	1	2	本			
	黒いりごま	1	4	k.g.			
主菜②	厚焼きたまご						
厚焼きたまご	50	3520	切		①加熱する。		
副菜	ほうれん草と菊のお浸し						
	ほうれん草	30	276	kg	2cmカット	①野菜を茹でて、冷やす。 ②かつお節、薄口しょうゆで味つけ。	
	干し菊	0.3	3	k.g.			
	はくさい	30	276	kg	2cmカット		
	かつお節 破砕 500g	0.3	5	袋			
薄口しょうゆ	2.5	11	本				
汁物	いものこ汁						
	鶏もも肉 脂身なし	10	8	k.g.		①野菜、豆腐を切る。 ②里芋、こんにゃくは下茹でする。 ③鶏肉は、酒をふって加熱。 ④だしをとる。 ⑤硬いものから煮て、調味する。	
	里芋	30	288	k.g.	乱切り		
	人参	10	86	k.g.	3mmいちよう切り		
	ごぼう	8	69	k.g.	さがぎ		
	大根	20	173	k.g.	5mmいちよう切り		
	ねぎ	8	74	k.g.	3mm小口切り		
	木綿豆腐	15	120	k.g.	さいの目		
	ぶなしめじ	8	64	k.g.			
	つきこんにゃく	10	80	k.g.			
	無添加だしパック	2.5	20	k.g.			
	薄口しょうゆ	3	13	本			
	しらだし	1	4	本			
	清酒	1	4	本			
	デザート	りんご					
りんご		1/6個	1240	個			

B 献立		小学校	中学校	合計	
献立名					
麦ご飯	牛乳	当初	3828	3472	7300
①照焼チキン	②白身魚のトマトソース	確定			
れんこんサラダ	かぶのスープ	ぶどう	①	②	

アレルギー対応		小学校	中学校	合計
れんこんサラダ（卵・カニ）	→ カニかまぼこ抜き	45	25	70

業者名	材料名	1人分量 (g)	発注量		切り方	調理方法
			小中合計	単位		
主食	麦ご飯					
	精白米	65	520	k.g.		
	精麦	5	40	k.g.		
	強化米	0.21	2	k.g.		
飲料	牛乳					
	牛乳	1本 206	7300	本		
主菜①	照焼チキン					
	鶏もも肉切身40g	40	3900	個		①肉に下味をつける。 ②焼く。
	濃口しょうゆ	1.5	7	本		
	蒲焼のたれ	2	9	本		
	三温糖	1	8	k.g.		
	清酒	1	4	本		
主菜②	白身魚のトマトソースがけ					
	白身魚でん粉付き40g	40	3530	個		①白身魚を揚げる ②たれを作る。 ③白身魚にタレをかける。
	米白絞油			缶		
	トマトダイス缶	10	27	缶		
	玉ねぎ	8	64	k.g.	みじん切り	
	(生)おろしにんにく	0.3	2	k.g.		
	コンソメ 500g	0.35	6	袋		
	三温糖	0.02	0.2	k.g.		
	食塩	0.04	0.3	k.g.		
	米サラダ油	0.3	1	本		
副菜	れんこんサラダ					
	れんこん	15	120	k.g.	3mmいちよう	①野菜を茹でて冷やす。 ②糸かまぼこは茹でてほぐし、冷やす。 ③調味する。
	人参	5	43	k.g.	千切り	
	大根	15	130	k.g.	千切り	
	きゅうり	25	210	k.g.	千切り	
	カニかまぼこ	8	64	k.g.		
	ドレッシング	7	56	本		
汁物	かぶのスープ					
	(チルド)ベーコン	10	80	k.g.		①野菜をカットする。 ②ベーコンを炒め、煮えがたいものから煮る。 ③調味する。
	米サラダ油	0.5	2	本		
	白かぶ	30	240	k.g.	5mmいちよう	
	人参	5	43	k.g.	3mmいちよう	
	キャベツ	20	184	k.g.	ざく切り	
	ぶなしめじ	5	40	k.g.		
	小ねぎ	3	24	k.g.	3mm小口	
	チキンブイヨン	8	64	k.g.		
	コンソメ 500g	1.5	24	袋		
	食塩	0.3	2	k.g.		
デザート	ぶどう					
	ぶどう	10×2粒	14600	粒		洗浄・消毒・カット・配食

A 献立 (アレルギー対応食)

献立名		アレルギー対応		小学校	中学校	合計
栗ご飯						
牛乳						
①鮭の南部焼き						
②厚焼きたまご (卵)		→ 豚肉の生姜焼き			20	20
ほうれん草と菊のおひたし						
いものこ汁						
りんご						
業者名	材料名	1人分量 (g)	発注量		切り方	調理方法
			小中合計	単位		
	豚肉の生姜焼き					
	豚もも肉	50	30	切		①調味料を合わせる。 ②豚肉を①に漬ける。 ③焼く。
	濃口しょうゆ	4	140	g		
	三温糖	1	40	g		
	清酒	1	40	g		
	本みりん	1	40	g		
	(冷)おろししょうが	0.5	20	g		

B 献立 (アレルギー対応食)

献立名		アレルギー対応		小学校	中学校	合計
麦ご飯						
牛乳						
①照り焼きチキン						
②白身魚のトマトソース						
れんこんサラダ (卵・カニ)		→ カニかまぼこ抜き		45	25	70
かぶのスープ						
ぶどう						
業者名	材料名	1人分量 (g)	発注量		切り方	調理方法
			小中合計	単位		
	カニかまぼこ抜き れんこんサラダ					
	れんこん	15	1.5	k.g	3mmいちょう	①野菜を茹でて冷やす。 ②調味する。
	人参	5	0.5	k.g	千切り	
	大根	15	1.3	k.g	千切り	
	きゅうり	25	2.2	k.g	千切り	
	ドレッシング	7	1	k.g		

※アレルギー対応者数想定数 (例示献立に必要な食物のみ)

	乳	卵	乳・卵	かに	小計
小学校	20	20	15	10	65
中学校	10	10	10	5	35
小計	30	30	25	15	100